



# 信州の安心なお店応援キャンペーン

## 信州版“新たな会食”のすゝめ

地域のお店での会食は、①職場の同僚や仲間とのコミュニケーションの場 ②家族のお祝いや思い出の場 ③地域コミュニティの絆を深める場 ④美味しい料理と心温まるサービスに癒されたり、ストレス発散できる場 など、私たちの社会生活や日常生活に潤いをもたらす不可欠なものです。

長野県では、すべての人に安心して飲食を楽しんでいただくため、会食の際に気をつけていただきたいことを「新たな会食」のすゝめにまとめました。お一人で利用される場合も、実践してみてください。

「新しい日常」にマッチした会食スタイルをすすめ、信州でがんばるお店を応援しましょう!

### 感染防止の3つの基本

#### 1 人と人の距離の確保

- 人と人との間は1m以上空けるなど、相互に飛沫を避けよう
- おしゃべりするときは飛沫防止パネル越しか、できるだけ真正面は避けよう



#### 2 マスクの着用

- 会食前後のマスクの着用と咳エチケットを徹底しよう
- 会食中も状況に応じて適時マスクを活用しよう



#### 3 こまめな手洗い・手指消毒

- 食事の前後は、手洗い・手指消毒を徹底しよう
- 消毒用アルコールを使った手指の消毒が効果的

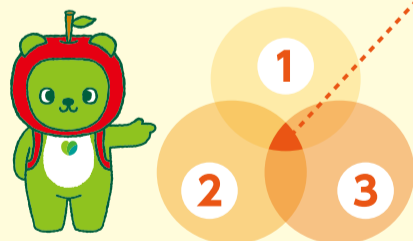


### 三密の回避

#### 外出時は「密」を避けよう

- ①換気の悪い **密** 閉空間
- ②みんなが集まる **密** 集場所
- ③近くで話す **密** 接場面

三密は集団感染のリスクが高くなります



#### — お役立ちサイト —



県新型コロナウイルス感染症対策総合サイト



「新型コロナ対策推進宣言」サイト



「信州の安心なお店応援キャンペーン」サイト

### 食マエ ~準備は入念に!~

- 開催時期や参加人数は適切か考えよう!
- 「新型コロナ対策推進宣言」など対策の取れている店を選ぼう!
- メンバーの体調や行動履歴(県外出張や感染者との接触など)を確認しよう!  
不安な場合は参加しない、させない
- 長時間(概ね2時間超)の利用とならないよう、あらかじめ利用時間やメニューを、メンバーと決めておこう!
- 地域の感染状況や対策の内容を確認しておこう!

### 食ナカ ~感染予防をして楽しもう!~

- 入店時にメンバーの体調を改めて確認しよう!
- お店の安全対策や従業員の指示に従おう!
- 基本的な感染防止対策を守ろう!(手洗い、消毒など)
- 出来るだけ個室を選んだり、他のグループとの間隔をあげよう!
- 大声での会話や長時間(概ね2時間超)の利用は控えよう!  
他のグループとの交流はやめよう!
- お酌や回し飲み、箸などの使いまわしはやめよう!

### 食アト ~フォローまでしっかりと~

- 帰宅後、手洗い、うがい、入浴、着替えをしよう!
- 1週間程度は、メンバー間で健康チェックをしよう!

### 食ナカの“会話”ポイント解説!

大切なことは、  
**飛沫を飛ばさない!**  
**飛沫の範囲内に入らない! ことです。**

- ① 飛沫防止パネル越しで!  
(食事前に飛沫防止パネルがあるか確認してみよう)
- ② お相手の方と1m以上あげよう!  
真正面を避けよう!
- ③ 困難な場合は、  
「マスク会食」か「黙食」で!

